



### Lipidbinder

- zur Gewichtsreduktion
- zur Gewichtskontrolle

#### mit LDL-Cholesterin senkendem Begleit-Effekt

Sterolsan reduziert die Verdaulichkeit von Lipiden durch physikalische Bindung und führt so zu einer reduzierten Kalorienaufnahme. Dadurch unterstützt es die Gewichtsreduktion, die Aufrechterhaltung der Gewichtsabnahme und die Senkung des LDL-Cholesterins.

### Indikation

Zur Behandlung von Übergewicht und Adipositas.

Sterolsan ist für Erwachsene mit einem Body-Mass-Index (BMI) über 25 in Verbindung mit einer kalorienreduzierten Ernährung bestimmt.

### Zusammensetzung

Wirk-Ballaststoff Polyglucosamin (73 %):  $\beta$ -1,4-Polymer aus D-Glucosamin und N-Acetyl-D-Glucosamin aus Krebstierpanzer

Hilfsstoffe: Ascorbinsäure, Weinsäure, Tablettierhilfsstoffe (Cellulose pflanzlich, Croscarmellose-Natrium, Magnesiumstearat pflanzlich, Povidon, Siliciumdioxid)

### Einnahmeempfehlung

#### 2x täglich 2 Tabletten

Sterolsan **zu den beiden Mahlzeiten mit dem höchsten Fettgehalt** einnehmen.

Die Tabletten unzerkaut zusammen mit reichlich kalorienarmer Flüssigkeit (mind. 250 ml) einnehmen, um den Transport in den Magen zu gewährleisten. Da es sich bei Sterolsan um ein ballaststoffreiches Präparat handelt, achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr von mindestens 2 Litern täglich.

Um den Bedarf an essentiellen Fettsäuren sowie fettlöslichen Vitaminen (A, D, E und K) sicherzustellen, raten wir Sterolsan nur zu 2 von 3 Hauptmahlzeiten einzunehmen. Dazu sollte täglich mindestens eine Mahlzeit mit hochwertigen Ölen verzehrt werden, die den Organismus mit den fettlöslichen Vitaminen sowie essentiellen Fettsäuren versorgt. Ein Multivitaminpräparat kann den Bedarf an Vitaminen ebenfalls ergänzen.

Zur Gewichtskontrolle kann die Dosis auf 2 Tabletten täglich reduziert werden.

### Wirkungsweise

#### *Liebe Anwenderinnen und Anwender,*

Sie haben mit Sterolsan ein deutsches Qualitätsprodukt erworben, das Ihnen einen gut verträglichen und alltagstauglichen Weg eröffnen kann abzunehmen und erhöhtes Cholesterin zu senken.

Übergewicht und Adipositas entstehen durch ein Zuviel an energiereicher Nahrung. Zur Bekämpfung von Übergewicht ist deshalb eine kalorienreduzierte Ernährung die Basis. Da ein Gramm Fett etwa die doppelte Kalorienmenge enthält wie ein Gramm Kohlenhydrate oder ein Gramm Eiweiß, ist eine geringere Aufnahme von Nahrungsfetten ein effektiver Weg um abzunehmen und das Gewicht zu halten. Vielen Menschen fällt die Umstellung von einer fettreichen Ernährung auf eine fettarme Ernährung sehr schwer, weil Fett auch ein Geschmacksträger ist.

Der Hauptinhaltsstoff von Sterolsan ist der unverdauliche Wirk-Ballaststoff Polyglucosamin. Er ist natürlichen Ursprungs und kann aufgrund seiner Struktur große Mengen an Lipiden, also Fetten, Fettsäuren und Cholesterin, im Verdauungstrakt binden. Die gebundenen Nahrungsfette können nicht aufgenommen werden, und die darin enthaltenen Kalorien stehen dadurch dem Körper nicht zur Verfügung.

So unterstützt Sterolsan Sie bei der Kalorienreduktion und auf Ihrem Weg zu einer angemessenen Ernährung. Mit Sterolsan ist es möglich bei moderater Diät Abnehmerfolge zu erzielen.

Gesundheitlichen Nutzen bringt schon eine Gewichtsabnahme von 5%. Sie kommen damit nicht nur Ihrem Schönheitsideal näher, sondern senken auch die Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, und ein geringeres Gewicht belastet und verschleißt auch Ihre Gelenke weniger.

Die Einnahme von Polyglucosamin bewirkt eine signifikant stärkere und schnellere Gewichtsreduktion (ca. 50% mehr) als die Einnahme eines Placebos (ohne Wirkstoff) unter den gleichen Bedingungen einer moderaten Diät. Das belegen mehrere Studien mit Placebo-Kontrollgruppe.

Beispielsweise konnte gezeigt werden, dass gut die Hälfte der Patienten mit einer leichten Diät und Polyglucosamin das 5%-Ziel schon nach drei Monaten erreichte, fast alle (98%) nach sechs Monaten. **Innerhalb von einem Jahr nahmen die Patienten mit Polyglucosamin durchschnittlich über 12 kg ab.** Der Taillenumfang verringerte sich um ca. 13 cm, das entspricht 3 Kleidergrößen. Zusätzlich entwickelten sich die Blutwerte, die als Risikofaktoren von Herz-Kreislauf-Erkrankungen angesehen werden, signifikant besser als in der Kontrollgruppe. Das als kritisch angesehene LDL-Cholesterin ging in dieser Studie um 12,9% zurück.

Eine Gewichtsreduktion und die Verbesserung der Blutfettwerte wirken sich positiv auf Ihre mittel- und langfristige Gesundheitsprognose aus. Es lohnt sich, das Ziel einer nachhaltigen Gewichtsreduktion konsequent zu verfolgen.

#### **Viel Erfolg dabei!**

PS: Sterolsan beeinflusst vor allem Übergewicht, das durch fettreiche Ernährung wie fettes Fleisch, Wurst, Butter, Käse, Chips, Nüsse, Kuchen oder Frittiertes bedingt ist. Zuckerreiche Lebensmittel, beispielsweise kalorienreiche Getränke wie Softdrinks, oder Alkohol sollten nur wenig konsumiert werden, da die enthaltenen Kalorien dem Körper voll zur Verfügung stehen. Parallel zur Therapie mit Sterolsan also nicht vergessen, auf eine ausgewogene, kalorienreduzierte, gesunde Ernährung zu achten!

**Extra Tipp:** Bewegung tut gut! Bringen Sie Ihren Körper mit mehr Alltagsbewegung und Sport in Schwung. Danach fühlen Sie sich besser und haben mehr Kalorien verbraucht!

## Anwender

Sterolsan ist für Erwachsene mit Übergewicht oder Adipositas bestimmt, die ihr Gewicht durch eine Verminderung der Kalorienaufnahme reduzieren wollen.

### Empfohlen für Personen über 75 kg

#### Habe ich überhaupt Übergewicht?

Erwachsene gelten ab einem BMI (Body Mass Index) von 25 als übergewichtig. Die Berechnungsformel lautet:  $BMI = (\text{Körpergewicht in kg}) / (\text{Körpergröße in m})^2$ .

Sie können auch mit der folgenden Tabelle bestimmen, ob Sie im Verhältnis zur Körpergröße ein normales Gewicht haben oder übergewichtig sind. Falls Sie nicht übergewichtig sind, ist Sterolsan nicht nötig.

Körpergröße	Übergewicht ab
1,50 m	56,5 kg
1,55 m	60,5 kg
1,60 m	64,0 kg
1,65 m	68,5 kg
1,70 m	72,5 kg
1,75 m	77,0 kg
1,80 m	81,0 kg
1,85 m	86,0 kg
1,90 m	90,5 kg
1,95 m	96,0 kg

## Gegenanzeigen

### Sterolsan sollte nicht eingenommen werden von:

- Personen mit einer bekannten Allergie gegen Krebstiere oder einen der Inhaltsstoffe,
- Personen mit Untergewicht ( $BMI < 18,5 \text{ kg/m}^2$ ),
- Schwangeren und in der Stillzeit,
- Personen mit chronischer Verstopfung, Darmverschluss etc. und
- bei langfristigen Gebrauch von Medikamenten, die die Darmtätigkeit reduzieren.

### Sterolsan sollte in folgenden Fällen nur nach Rücksprache mit einem Arzt eingenommen werden:

- langfristiger Medikamenteneinnahme,
- ernsthaften Magen-Darm-Erkrankungen und nach Operationen im Magen-Darm-Trakt,
- Hochbetagten (über 80 Jahre).

## Wechselwirkungen

Aufgrund der Fettbindungskapazität von Sterolsan können neben Nahrungsfetten auch (fettlösliche) Arzneimittelwirkstoffe

(wie z.B. Antiepileptika, Blutverdünnungsmittel, Hormonpräparate, Pille zur Empfängnisverhütung) oder fettlösliche Vitamine (A, D, E, K) gebunden werden. Die Verfügbarkeit fettlöslicher (lipophiler) Wirkstoffe kann vermindert sein. In diesem Fall wird empfohlen, einen Zeitabstand von mindestens vier Stunden zur Einnahme von Sterolsan einzuhalten.

Zu vitaminreichen Mahlzeiten (z.B. Salat, Gemüse) mit hochwertigen Ölen bzw. Omega-3-Fettsäuren (Lachs etc.) wird die Einnahme von Sterolsan nicht empfohlen, da fettlösliche Vitamine und essentielle Fettsäuren teilweise gebunden werden können.

## Versehentliche Überdosierung

Erhöhen Sie Ihre Trinkmenge, da Nebenwirkungen vorwiegend bei zu geringer Flüssigkeitsaufnahme beobachtet werden. Der Wirk-Ballaststoff in Sterolsan kann auch in höheren Mengen als verträglich angesehen werden. Setzen Sie vorsorglich die Einnahme aus und beobachten Sie, wie Ihre Verdauung reagiert.

## Nebenwirkungen

Durch die Einnahme von Sterolsan kann es vorübergehend zu einer Veränderung der Stuhlkonsistenz kommen. In sehr seltenen Fällen wurden Verdauungsprobleme (Verstopfungen, Blähungen, Völlegefühl) vorwiegend bei zu geringer Flüssigkeitsaufnahme gemeldet.

Allergische Reaktionen auf einen der Inhaltsstoffe oder bei einer bestehenden Allergie gegen Hausstaubmilben sind in sehr seltenen Fällen möglich (Symptome können sein: Hautausschlag, Schwellungen, Juckreiz, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall).

Insgesamt darf Sterolsan als sehr gut verträglich bezeichnet werden.

Sollten Neben- oder Wechselwirkungen auftreten, wird empfohlen, Sterolsan abzusetzen und gegebenenfalls einen Arzt oder Apotheker zu befragen.

### Meldung von schwerwiegenden Nebenwirkungen:

Wenn Sie im Zusammenhang mit der Verwendung von Sterolsan eine schwerwiegende Verschlechterung Ihres Gesundheitszustands bemerken, melden Sie diese dem Hersteller Certmedica International GmbH, und der zuständigen Behörde **Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte**, Abteilung Medizinprodukte, Kurt-Georg-Kiesinger-Allee 3, 53175 Bonn; mp-vigilanz@bfarm.de.

## Dauer der Einnahme

Sterolsan kann langfristig eingenommen werden.

Wenn Sie nach 12 Wochen der Anwendung von Sterolsan keine Gewichtsabnahme oder Senkung Ihres Cholesterinwertes feststellen können, fragen Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

## Aufbewahrung



Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.



Zwischen 4 und 25 °C lagern.



Verfalldatum beachten



Trocken aufbewahren

Es wird empfohlen die Sterolsan Tabletten bis zur Einnahme im Blister aufzubewahren.

## Hinweise

Entsorgen Sie die Verpackung und nicht verbrauchte Tabletten nach den Vorgaben der öffentlichen Abfallentsorgung.

**MD** Medizinprodukt **CE** 0123

mit Ballaststoff tierischer Herkunft

Den Kurzbericht über Sicherheit und klinische Leistung finden Sie unter [www.certmedica.com/SSCP](http://www.certmedica.com/SSCP).

## STEROLSAN

Rezeptfrei in Apotheken erhältlich

### Packungsgröße:

#### STEROLSAN

84 Tabletten / 17580622 (D), 5558020 (A)

Weitere Informationen:  
[www.sterolsan.de](http://www.sterolsan.de)

Hergestellt in Deutschland

### Für Fragen und Anregungen steht Ihnen unser Kundenservice zur Verfügung.

Telefon: +49 60 21 / 150 93 - 380  
[kontakt@sterolsan.de](mailto:kontakt@sterolsan.de)



Hersteller:  
Certmedica International GmbH  
Magnolienweg 17  
63741 Aschaffenburg  
Deutschland

Ausstellungsdatum der Gebrauchsanweisung: 2022-04